DOCUMENT RESUME

ED 048 239 SP 007 175

TITLE	Education Physique et Hygiene. Revision Provisoire. Movement et Croissance (Physical Education and Hygiene. Provisional Revision. Movement and Growth).
INSTITUTION	Ontario Dept. of Education, Toronto.
PUB DATE	68
NOTE	25p.; Programmes d'Etudes P1, J1
EDRS PRICE	EDRS Price MF-$0.65 HC-$3.29
DESCRIPTORS	*Curriculum Guides, *Elementary Grades, *Hygiene, *Physical Education

ABSTRACT

GRADES OR AGES: Grades 1-6. SUBJECT MATTER: Physical education and hygiene. ORGANIZATION AND PHYSICAL APPEARANCE: The guide is in French. It is divided into two main sections, one for physical education, and one for hygiene. Each section contains several straight-text chapters with illustrations interspersed. The guide is offset printed and staple-bound with a paper cover. OBJECTIVES AND ACTIVITIES: In the physical education section, activities are suggested in the categories of gymnastics, games, and dancing. Each group of activities is specifically related to educational theory. The hygiene section lists very briefly topics to be covered in grades 1-3 and grades 4-6. Both sections begin with an introduction which states general objectives. INSTRUCTIONAL MATERIALS: The physical education section contains a short list of references. No materials are mentioned in the hygiene section. STUDENT ASSESSMENT: Short chapters in both sections suggest that evaluation consists of informal progress reports to parents. (RT)

ED048239

MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION D'ONTARIO

PROGRAMMES D'ÉTUDES P1, J1

ÉDUCATION PHYSIQUE ET HYGIÈNE
REVISION PROVISOIRE

MOUVEMENT ET CROISSANCE

U.S. DEPARTMENT OF HEALTH, EDUCATION & WELFARE
OFFICE OF EDUCATION
THIS DOCUMENT HAS BEEN REPRODUCED EXACTLY AS RECEIVED FROM THE PERSON OR ORGANIZATION ORIGINATING IT. POINTS OF VIEW OR OPINIONS STATED DO NOT NECESSARILY REPRESENT OFFICIAL OFFICE OF EDUCATION POSITION OR POLICY.

SP007175

1968

EDO 48239

ÉDUCATION PHYSIQUE
HYGIÈNE

Revision provisoire

Cet opuscule est publié pour permettre aux écoles de poursuivre leur programme d'éducation physique et d'hygiène en attendant la parution du rapport du Comité provincial sur les buts de l'éducation. Cette revision provisoire fait état de nouveaux procédés pédagogiques intéressant le mouvement et la croissance, dans l'espoir d'enrichir les programmes présentement en usage.

Il faut espérer que cette publication suscitera l'étude, la discussion et même la mise en oeuvre facultative, partielle ou totale, de ces cours provisoires.

Nous sommes redevables à plusieurs groupes et individus pour la mise au point de cet exposé et nous accueillerons volontiers les remarques et les suggestions qu'on voudra bien nous adresser à ce sujet.

ÉDUCATION PHYSIQUE

TABLE DES MATIÈRES

LA NATURE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE MODERNE ... 5

CARACTÉRISTIQUES DES JEUNES ENFANTS 6

LEURS MOYENS D'APPRENDRE 7
- Exploration, Répétition, Création 7
- Apprendre des autres enfants 7
- Apprendre de l'institutrice 7

UNE ANALYSE DU MOUVEMENT 9
- Conscience du corps — la nature du mouvement . 9
- Conscience de l'espace — la direction du mouvement 9
- Qualité — "le comment" du mouvement 10
- Rapports — l'aspect "avec quoi ou avec qui" du mouvement 10

QUELQUES SUGGESTIONS D'ORDRE PÉDAGOGIQUE 11
- Comment doit-on commencer? 11
- Stades pédagogiques utiles 11
- Développement de la leçon 12
- Observation 15

CLASSIFICATION DE LA MATIÈRE DU COURS 16
- Mouvement fonctionnel 16
  - Gymnastique 16
  - Jeux 18
- Mouvement expressif 19
  - Danse improvisée 19
  - Danse de folklore 19

SUGGESTIONS POUR LA MISE EN OEUVRE 21

LIVRES DE RÉFÉRENCE 21

ÉVALUATION 22

LA NATURE DE L'ÉDUCATION PHYSIQUE

Depuis la publication des premières observations formulées par le Ministère de l'Education, l'éducation physique a tendance à mettre plus d'emphase sur le développement individuel de l'élève et sur le rôle qu'il joue dans l'exécution de ses propres mouvements et activités. En retour, le rôle de l'enseignant s'en est trouvé changé.

Aujourd'hui, les enfants jouissent d'une liberté beaucoup plus grande dans leur salle de classe — ils parlent de leur travail ou font eux-mêmes le choix d'articles et d'accessoires, il visitent des points d'intérêt à l'extérieur de l'école. Leur milieu est beaucoup moins rigide et moins restreint. Grâce à cette ambiance, le gymnase ne constitue plus une soupape à la rigidité de la salle de classe, mais un milieu propice à l'instruction par le mouvement physique.

Par contre, si l'enfant se voit rivé à son siège pendant de longues sessions et que sa participation se limite au minimum, il réagira vraisemblablement d'une toute autre manière dès que l'occasion d'être actif se présentera. Une visite au gymnase prendra alors l'allure d'un relâchement bruyant pour les corps ankylosés et les esprits tendus — changement qui, évidemment, peut s'avérer très utile en soi. Il reste que la séance d'éducation physique devrait apporter beaucoup plus qu'un dérivatif au rigorisme de la salle de classe.

Si les enseignants veulent contribuer à la formation de nos enfants par le mouvement physique, ils doivent créer un milieu qui les stimulera à la réflexion. En effet, l'enfant a besoin d'occasions d'explorer les possibilités disponibles, de choisir l'activité qui répond à son but et d'appuyer son travail par la répétition des mouvements. Cette façon d'apprendre fait acquérir une somme d'expériences, dont chacune a sa valeur respective tout en constituant un moyen d'arriver à une fin prévue.

Une fois que l'enfant a satisfait son appétit pour le mouvement, il cherche à développer sa dextérité. Nous lui fournissons des occasions de manipuler adroitement le ballon ou de gravir les barreaux d'une échelle. Au début, ces activités suffiront par elles-mêmes; plus tard, l'enfant appliquera cette manipulation du ballon à un jeu particulier, et son habileté à grimper, à la poursuite d'un objet jusque-là inaccessible.

En plus de l'adresse elle-même, nous cherchons à universaliser cette dextérité pour aider l'élève à acquérir

Le mouvement et la croissance ont leur importance à tout âge. Cette fillette du stade primaire met en évidence le mouvement des mains et des pieds.

une formation générale, évitant ainsi que la spécialisation d'un aspect particulier n'entraîne un développement restreint qui ne convient pas aux enfants en pleine croissance. Ils ont en effet besoin d'être aptes à commander à leur corps et habiles à se servir des appareils, d'allier la force à l'élégance, l'agileté à la sûreté.

Finalement, nous voulons rendre l'enfant conscient de la qualité et des normes du mouvement. Peut-il, par exemple, se rendre compte de ce qu'on éprouve en s'étirant le plus possible? Peut-il reconnaître cette sensation en voyant quelqu'un effectuer ce mouvement? Peut-il recourir à cet 'étirage' en jouant, en faisant de la gymnastique ou en dansant?

CARACTÉRISTIQUES DES JEUNES ENFANTS

Les enfants au niveau primaire et "junior" accusent certaines caractéristiques qui influent sur le programme tout entier.

DIVISION PRIMAIRE

Les enfants de la division primaire sont vifs, vibrants et turbulents. lIs marchent rarement d'une façon paisible dans la rue s'il leur arrive de penser à quelque autre mode de locomotion plus intéressant. Leurs gros muscles se développent mieux que les petits, et il serait idéal qu'il puissent disposer de gros appareils pour s'y suspendre, grimper et se balancer. En l'absence de ces agrès, il faudrait donner aux enfants l'occasion de sauter, de courir et de faire appel à une variété d'objets d'équipement plus petits — balles, sacs de fèves, cordes et cerceaux. Ils sont incapables d'une attention soutenue et devraient se livrer à des activités très variées, sans s'attarder trop longtemps à chacune.

Les enfants sont individualistes, mais vers la fin de la division primaire, ils parviennent à s'amuser en groupes. Ces activités doivent être de courtes durées; autrement les enfants restent susceptibles d'un accès d'émotion. Par conséquent, la plupart de leurs activités devraient s'exécuter sur une base individuelle. Les jeux collectifs compliqués et les jeux de relais ne conviennent pas aux élèves de cet âge.

Ces enfants à l'imagination vive ont le sens du drame et de l'imitation, et s'avèrent très sensibles aux sons rythmés. Friands de créer et d'explorer, ils devraient pouvoir compter sur des occasions de se mouvoir au rythme d'un disque ou d'un instrument de percussion, en exécutant une danse.

Ces enfants de six à huit ans sont naturellement curieux et aiment à découvrir par eux-mêmes le pourquoi des choses; ils ont besoin d'expérimenter et de manipuler différents objets d'équipement. Notons surtout que le petit de six à huit ans semble être perpétuellement en mouvement; il a besoin d'une activité vigoureuse, mais il se fatigue rapidement et doit fréquemment se reposer. Les séances d'activité physique devraient être brèves et plus fréquentes. Il est préférable de tenir des séances quotidiennes de vingt minutes que des séances d'une heure deux fois la semaine.

DIVISION JUNIOR

Physiquement, ces élèves présentent une diversité de croissance et de caractéristiques corporelles très marquée. La coordination oculo-manuelle se sera habituellement améliorée depuis la division primaire, de sorte que l'institutrice peut compter chez eux sur une aptitude au jeu proportionnellement améliorée. Capables d'une attention plus soutenue, les élèves sont à ce stade en mesure de travailler en fonction d'un but précis et de se concentrer pendant une bonne durée à condition de maintenir leur intérêt pour l'activité en cours.

C'est également l'époque où la bande ou le club acquiert beaucoup d'importance. L'enfant de neuf à onze ans a l'impression qu'il doit se conformer au comportement de la bande — son sentiment de loyauté vis-à-vis des autres membres se fait très fort, et il éprouve un profond besoin de leur assentiment. Le voilà désormais apte à travailler en groupe durant les classes d'éducation physique et disposé à accepter ses responsabilités quant au rangement des agrès et, dans une certaine mesure, quant à l'organisation des séances; il aime prendre des décisions dans le choix des équipes et des activités; il se sent même apte à aider l'un ou l'autre membre de son équipe. L'institutrice doit s'assurer de ne pas toujours confier ces expériences bienfaisantes aux mêmes élèves. D'ailleurs, il est aussi important pour l'enfant d'apprendre à accepter des suggestions qu'à les formuler lui-même.

Les garçons de cet âge sont souvent bruyants et rudes, tandis que la plupart des petites filles préfèrent se livrer à des activités plus paisibles. Jamais les enfants n'auront plus d'agilité qu'aux âges de neuf à onze ans, mais leur force musculaire et leur résistance pourront toujours s'accroître. Leur système demande une activité débordante; toutefois, la compétition dans les sports doit se limiter à de brèves périodes et ne doit pas donner lieu à une fatigue excessive.

DIFFÉRENCES INDIVIDUELLES

En dépit des caractéristiques générales décrites jusqu'ici, chaque petit présente individuellement des possibilités qui lui sont propres. Certains enfants ont tendance à être courts et obèses; d'autres grands et minces. Souvent aussi, des différences quant au milieu, au régime alimen-

taire, aux habitudes d'hygiène et de sommeil affecteront ces petits, de sorte qu'on ne saurait compter chez tous sur le même degré d'aptitude en matière d'activités physiques. Les enfants diffèrent aussi par la qualité de leurs mouvements. Certains d'entre eux effectuent tout naturellement des mouvements vigoureux, directs et soutenus, tandis que d'autres se complairont davantage dans des mouvements légers, souples et rapides.

Par conséquent, l'institutrice voudra bien recevoir chaque enfant tel qu'il est, préparer la leçon en tenant compte de ces différences individuelles et fournir à chaque élève l'occasion de progresser le plus possible. L'institutrice, surtout dans les classes inférieures, semble bien placées pour se faire une bonne idée d'ensemble. Elle peut donner le ton à toute la journée scolaire, elle régit le milieu physique, elle connaît les circonstances au foyer, elle reconnaît les problèmes d'ordre hygiénique. Au gymnase, elle voit ses élèves dans une ambiance entièrement différente. Un enfant qui se sent timide en classe peut acquérir une plus grande confiance en lui-même en manipulant une balle ou une corde. Il manifestera peut-être dans ses mouvements une aptitude créatrice qui servira de stimulant à son talent créateur pour les arts plastiques et l'écriture. Cette facilité de l'institutrice à obtenir une bonne idée d'ensemble de son groupe aura une influence sur le développement total de chaque enfant.

LEURS MOYENS D'APPRENDRE

Une institutrice habile sait qu'un enfant apprend par plusieurs moyens et elle a vite fait de tirer avantage de ces moyens au moment opportun.

Exploration, Répétition et Création

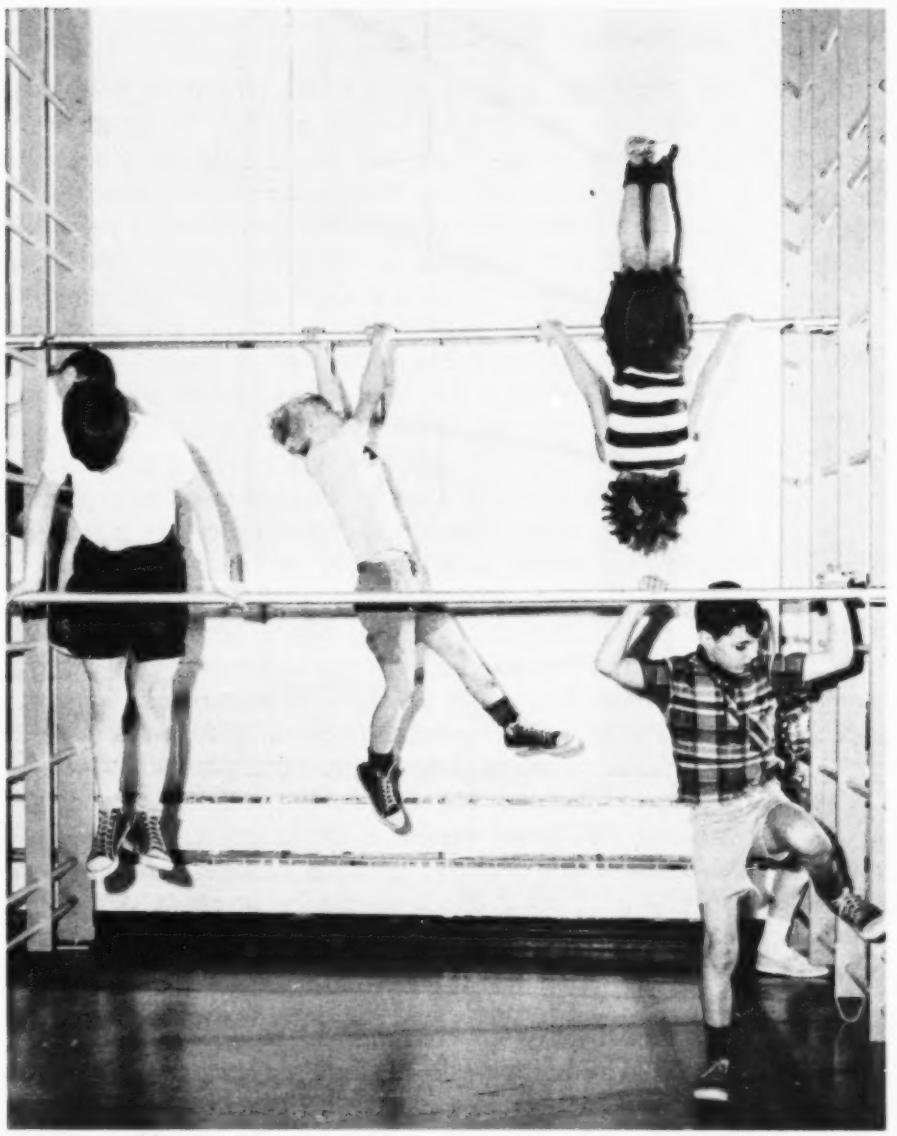
Répétons-le — au cours des séances d'éducation physique, l'enfant doit avoir accès à une grande variété d'objets d'équipement pour apprendre à connaître les possibilités de chacun. Il a besoin d'expérimenter avec des bâtons et des balles, de découvrir ce qu'il peut faire avec un cerceau ou une corde; il a surtout besoin d'expérimenter sur l'emploi de son propre corps. Jusqu'à quel point peut-il s'étirer ou se mettre en boule? Qu'arrive-t-il lorsqu'il supporte le poids de son corps avec ses mains? Quelles modalités différentes peut-il adopter pour faire des roulades? En apprenant à manoeuvrer son corps, on acquiert une maîtrise et une facilité plus marquées pour les exercices aux gros appareils, pour les jeux et pour la danse. De temps en temps, l'exploration et l'expérimentation ne semblent aboutir à rien, mais si l'institutrice se montre patiente, il lui semblera que l'enfant devient pratiquement autodidacte. Parfois, il a besoin d'aide pour choisir à même les articles dont il a fait la découverte et il lui faut une occasion de raffermir par des répétitions ce qu'il a appris. Petit à petit, une constante se dessine, et l'enfant découvre quelque chose de nouveau. On en trouve un exemple semblable dans la tâche d'apprendre à patiner ou à conduire une bicyclette — il faut d'abord passer par la suite des pénibles expériences d'équilibre jusqu'à ce que soudainement tout rentre dans l'ordre et "ça y est".

Apprendre des autres Enfants

Les enfants apprennent souvent des autres enfants. L'institutrice peut les encourager à observer leurs camarades au travail, mais elle doit souvent fixer leur attention sur un point particulier en disant par exemple: "Voyez comment Jean se tient la tête" ou "Voyez comment Marie s'allonge bien" — "Quelle partie de son corps pourrait être étirée encore un peu plus?" ou "Reprenez votre mouvement en pensant à ces points-là". Evidemment, l'institutrice ne cherchera pas à faire croire aux petits que chacun peut atteindre le degré d'excellence de son voisin, mais les enfants sont souvent mieux disposés à reconnaître leurs propres limitations que ne le sont leurs parents et leurs instituteurs.

Apprendre de l'Institutrice

En observant leur institutrice, les enfants apprendront nombre de choses qui n'auront pas fait l'objet d'un enseignement proprement dit. Sa grande responsabilité consiste surtout à donner le ton et à créer une atmosphère propice à l'instruction. L'institutrice moderne a supprimé les ordres à la militaire et ne décrit plus d'une façon précise la manière d'exécuter une activité. Elle emploie plutôt un ton de conversation et donne des directives sous forme de problèmes que les enfants doivent résoudre en fonction du mouvement. Voici un exemple: "Trouvez un moyen de faire cheminer votre balle autour du plancher" ou "Comment pouvez-vous avancer sur le banc vos pieds les premiers?" Les réponses au problème ne seront pas les mêmes, mais l'institutrice devrait accepter la solution de chaque enfant et baser son enseignement individuel sur sa réponse. Cette méthode donne à l'enfant la satisfaction de travailler à son propre niveau sans devoir se modeler sur un camarade plus habile. Cependant, il ne s'agit pas pour l'institutrice de renoncer à toutes ses responsabilités dans la présentation de la leçon. Au contraire, elle doit se faire plus attentive que jamais aux besoins des enfants. Elle a l'obligation de déterminer les lignes générales de la leçon, mais elle n'y parviendra que si elle observe les besoins particuliers de sa classe. C'est à elle qu'incombe le choix des objets d'équipement (bien que parfois on puisse laisser ce privilège aux enfants). Elle a surtout l'obligation d'exercer sa faculté d'observation au point d'acquérir une conscience quasi instinctive des besoins du moment. Mais alors, quand abandonne-t-elle ce stade purement expérimental pour commencer à guider et à diriger? Si elle retarde trop, les enfants diviendront fatigués et la leçon se transformera en une séance de jeux libres. La réponse à cette question se trouve chez les enfants eux-mêmes et dans l'aptitude de l'institutrice à déterminer le moment où les élèves sont prêts à ce changement. Elle doit savoir quand laisser l'enfant à lui-même et quand intervenir à l'aide d'une suggestion précise.



Quelles activités peuvent être effectuées á l'aide de cet appareil?

Vous voyez ici l'ébauche d'une forme murale. Pouvez-vous y faire participer vos jambes?

UNE ANALYSE DU MOUVEMENT

Pour poser des problèmes convenables, chaque institutrice doit comprendre la simple analyse suivante du mouvement. Il ne s'agit pas d'enseigner ces facteurs du mouvement sous forme d'une série de leçons insolées, mais en fonction des trois aspects du programme d'éducation physique — la gymnastique, les jeux et la danse.

Le mouvement du corps peut être considéré sous quatre rubriques:

CONSCIENCE DU CORPS
ou
QU'EST-CE QUE PEUT ACCOMPLIR LE CORPS?

Les anciens cours d'entraînement physique prévoyaient des exercices indépendants pour les parties différentes du corps. On considérait en effet comme nécessaire d'inclure un exercice pour les bras, un exercice pour les jambes, un exercice pour le tronc. Ensuite vint le stade où chaque leçon devait comporter une section sur "l'activité des gros muscles". De nos jours, nous songeons plutôt au "maniement du corps", méthode qui engage le corps tout entier. Si celui-ci doit être l'instrument du mouvement, il faut que l'enfant ait conscience d'une partie de son corps en fonction d'un autre ou de l'ensemble. C'est ce qu'on appelle avoir "conscience du corps" et qui intéresse le corps tout entier et ses parties, y compris la moitié supérieure, la motié inférieure, chacun des côtés, les mains, les pieds, l'estomac, le dos, les épaules, la tête, le cou, les bras, le siège, les coudes et les genoux. L'action mutuelle et les rapports entre ces parties et le corps tout entier constituent l'une des préoccupations de l'institutrice en matière d'éducation du mouvement. Elle-même et les enfants doivent reconnaître ce que le corps peut accomplir dans les situations suivantes:

mouvement sur place — appui ou équilibre — mouvements à répétition sans avancer

locomotion — elle se réalise en transportant le poids du corps d'une partie à une autre

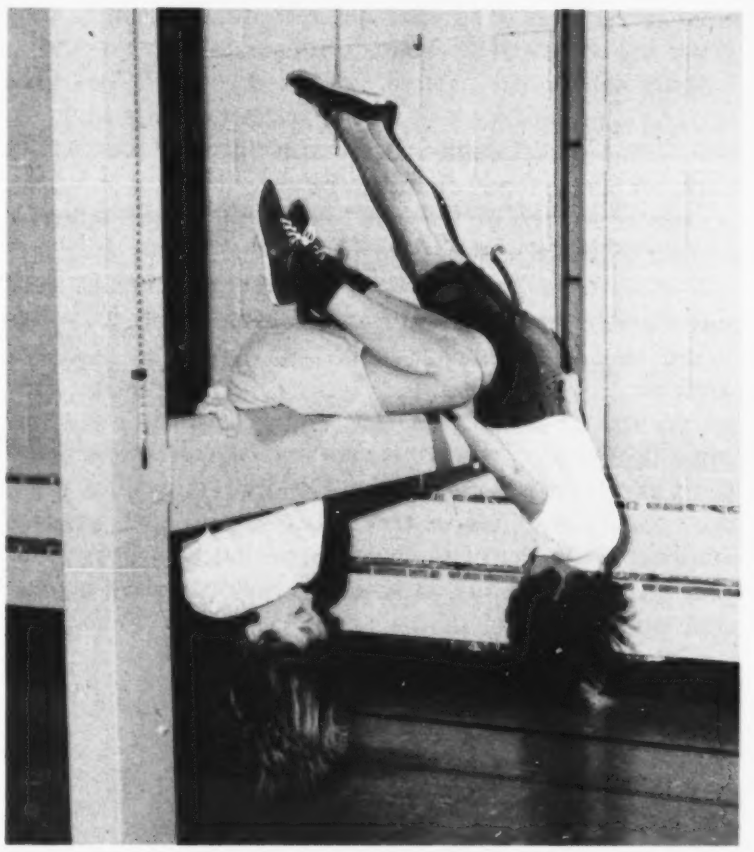
De plus, les élèves se rendront peut-être compte par eux-mêmes qu'en raison de sa souplesse le corps est en mesure de prendre diverses formes, par exemple en se tortillant, en se mettant en boule et en s'étirant.

ESPACE
ou
QUELLE DIRECTION LE CORPS PEUT-IL PRENDRE?

(a) **Espace personnel** — l'espace environnant le corps lorsqu'il manoeuvre à partir d'une base fixe. (Lorsque la base se déplace, il se crée un nouvel espace personnel).

(b) **Espace général** — dans une pièce, l'espace disponible pour le mouvement. Le mouvement dans l'espace, à la fois personnel et général, peut être considéré en fonction de:

- DIRECTION — de l'avant, de l'arrière, de côté, en haut, en bas
- NIVEAU — élevé, moyen, bas



Quelles formes corporelles aperçoit-on ici?

• FORME — le corps se mouvant dans un espace peut adopter une forme particulière adaptée à une fonction donnée

— par exemple: forme de boule, de quille, de mur; formes tordues ou angulaires.

• TRACÉ — ligne du mouvement dans l'air ou sur le sol.

QUALITÉ
ou
COMMENT PEUT SE MOUVOIR LE CORPS?

• TEMPS — la vitesse à laquelle le mouvement est exécuté: rapide, lent ou toute vitesse intermédiaire ou, plus expressivement, soudain et soutenu

• POIDS — dérivé de la tension musculaire du corps — fort, léger, ou plus expressivement, ferme et délicat

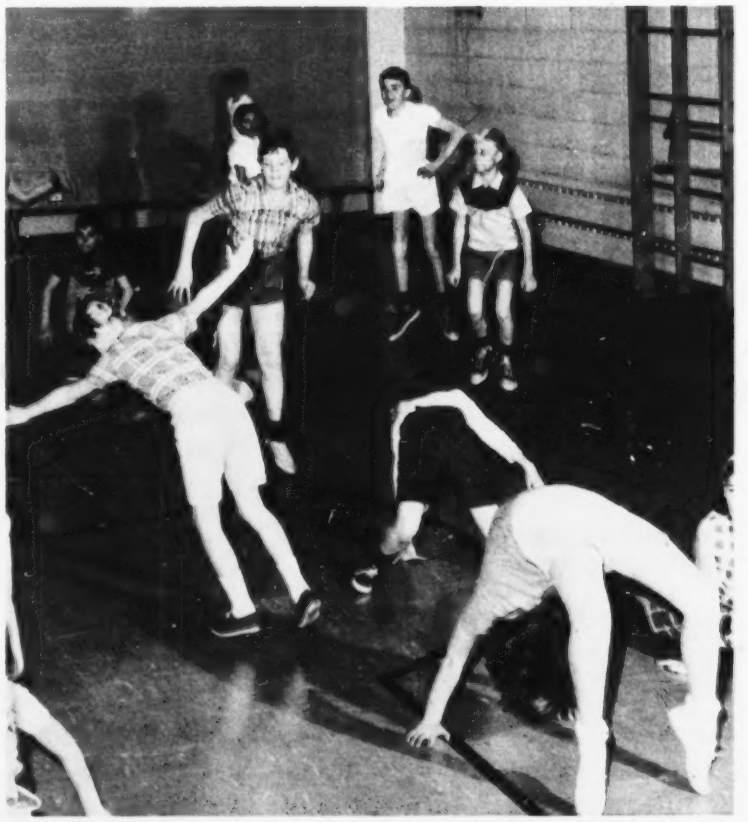
• ESPACE — la voie que prend le corps dans l'espace — directe ou variable

• EXÉCUTION — mouvement doux et saccadé — libre ou restreint.

RAPPORTS — AVEC QUOI OU AVEC QUI LE CORPS SE MEUT-IL?

Il s'agit des rapports du corps et de son mouvement avec la pièce dans laquelle l'enfant évolue, avec les objets qu'il emploie et avec ses compagnons d'évolution. L'enfant doit apprendre d'abord à se manoeuvrer lui-même ainsi que l'objet d'équipement qui lui est confié, sans gêner les autres. Il apprend à utiliser le mieux possible l'espace qui lui est réservé. Quand il travaille aux gros appareils, il lui faut une bonne méthode d'approche et une forme d'exécution initiale appropriée. Quel succès aura-t-il à sauter par dessus la boîte, à grimper au câble, à avancer le long de la barre? Après qu'il aura appris à se tirer d'affaire seul, il pourra faire des tentatives d'exécution avec un partenaire. Il apprend à travailler avec une autre personne, visant à la synchronisation, à l'imitation et au contraste des mouvements à partir de positions diverses. L'enfant finit par apprendre à travailler avec un groupe de camarades, de sorte qu'avant d'avoir terminé la division 'junior', il saura participer à des situations et des danses collectives. On doit l'engager à prendre conscience des autres. A mesure que l'enfant acquiert de la maturité et de l'expérience, il devient de plus en plus apte aux expériences collectives où chacun doit y mettre du sien.

Observez l'exécution de Jeanne. Quelle direction prend-elle?



Occupez tout l'espace. Dérouillez vos membres en faisant porter votre poids parfois sur le sol, parfois en l'air.

QUELQUES SUGGESTIONS D'ORDRE PÉDAGOGIQUE

COMMENT DOIT-ON COMMENCER?

Si l'institutrice n'a pas en matière d'éducation physique l'expérience de l'emploi de ces facteurs du mouvement et de la méthode basée sur la solution des problèmes, elle n'aurait au départ qu'à laisser les enfants libres de suivre leurs propres idées:

- trouvez différents moyens de cheminer autour de la pièce sans utiliser vos pieds (conscience du corps).
- posez un cerceau sur le sol et trouvez des moyens de passer par dessus, d'y entrer ou d'en sortir (rapports).
- faites tourner une corde avec un partenaire en accentuant le changement de vitesse (rapports, qualités).
- cheminez le long d'un banc la tête la première (conscience du corps).
- trouvez un chemin qui fait appel à chaque pièce de l'appareil (conscience de l'espace).

Il importe que l'institutrice prenne alors le temps d'observer les élèves à l'oeuvre. Leur travail fait preuve d'une grande variété, et le procédé d'observation mutuelle suggère aux enfants nombre d'idées nouvelles. Petit à petit, l'institutrice découvre chez les élèves les points où son aide s'impose:

- peut-être se concentrent-ils sur l'espace devant eux. Peuvent-ils utiliser l'espace derrière eux ou à côté?
- peut-être travaillent-ils près du sol. Peuvent-ils utiliser des niveaux élevés et moyens?
- font-ils appel à toutes les différentes parties de leurs corps? Peuvent-ils se servir à la fois de leurs épaules et de leurs hanches?
- leurs mouvements sont-ils habituellement saccadés? Est-il possible d'apporter un peu de souplesse?

ÉTAPES PÉDAGOGIQUES UTILES

- laisser les enfants libres — recherche de la variété
- choisir des mouvements agréables aux enfants
- exercer les mouvements choisis et améliorer la maîtrise, ou accroître les difficultés
- dernier niveau d'exécution — faire preuve de direction et de compréhension

Cheminer le long d'un banc les mains les premières — l'un des nombreux exercices à l'aide de cet appareil.

DÉVELOPPEMENT DE LA LEÇON

A mesure que ses connaissances du mouvement et sa faculté d'observation se développent, l'institutrice sera en mesure de préparer toute une leçon en fonction d'un genre de mouvement, tel que se mettre en boule, s'étirer à différents niveaux, faire porter le poids sur différentes parties du corps ou travailler avec un partenaire pour exécuter des suites de mouvements. Quand elle aura atteint ce stade, la première partie de sa leçon devrait porter sur le thème du mouvement par rapport au travail au sol, tandis que le dénouement de la leçon consisterait à exécuter ce mouvement à l'aide d'appareils.

Dans tous les cas, la première partie de la leçon se déroule nécessairement en relation avec la seconde, peu importe que celle-ci prenne la forme de gymnastique, de jeux ou de danses. Ce développement simple du thème, à partir des expériences préliminaires jusqu'au dénouement, donne lieu à une plus grande souplesse que la leçon en quatre parties, recommandées dans le Plan d'études P5 et le Plan d'études J5.

Il faudrait choisir le thème en s'inspirant de l'analyse du mouvement énoncée plus tôt au cours de ce chapitre; ce choix relève de l'institutrice et est dicté par les besoins des enfants. On trouvera ci-après des suggestions sur le développement de trois thèmes particuliers. Le rythme de progression ne serait pas nécessairement le même dans chaque classe et, de toute façon, il n'est pas question de traiter de tous les points dans une même leçon. Voici les suggestions en question:

Thème 1 — Cheminement

TRAVAIL AU SOL

(1) Cheminement sur les pieds

- la ligne du mouvement
- changement de direction — avant, arrière, de côté, en haut, en bas
- changement de vitesse
- changement des jeux de pieds — mouvoir les pieds l'un après l'autre, ensemble, se croisant
- changement de niveau — près du sol, en l'air

(2) Mouvements des différentes parties du corps

- emploi conjoint des pieds et des mains
- emploi des autres parties du corps — le tronc, les épaules, les genoux, les coudes. Les activités qui en résulteront comprendront probablement les exercices suivants: ramper, zigzaguer, glisser, rouler, se balancer
- avec changement de direction
- avec changement de vitesse
- avec changement de niveau
- avec un partenaire
- exécuter une suite de mouvements — lui donner un commencement et une fin bien tranchée

APPAREILS

- trouver des moyens de cheminer sur des matelas d'acrobatie, des bancs — le côté large ou étroit en-dessus — tables basses, cannes ou cerceaux appuyés sur des bancs, cordes et tréteaux à sauter, appareils grimpeurs avec échelles et cordes.

Thème 2 — Port du poids

TRAVAIL AU SOL

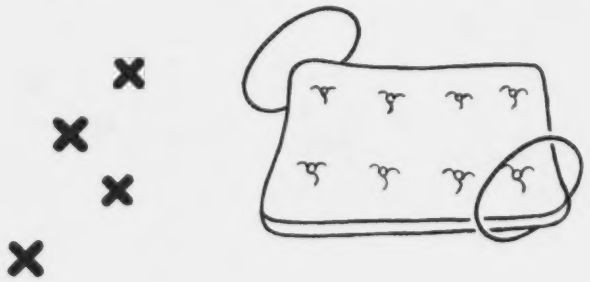
- porter le poids sur différentes parties du corps — le dos, les épaules, les genoux
- explorer les possibilités de maintenir le poids sur des parties correspondantes du corps — les genoux, les mains
- maintenir le poids sur deux parties différentes du corps — un pied et une main
- cheminer et arrêter — maîtriser le poids du corps
- s'étirer ou se mettre en boule ou se supporter sur différentes parties du corps
- transporter le poids du corps d'une partie à une autre et exécuter des suites de mouvements
- activités avec des partenaires

APPAREILS

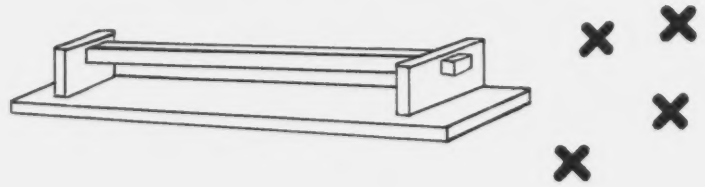
- appliquer le poids du corps à l'appareil de façons convenables
- matelas d'acrobatie, bancs, boîte à culbutes, cheval d'arçon, barres de l'appareil grimpeur.

TRAVAUX EN GROUPES AUX GROS APPAREILS
À L'INTÉRIEUR

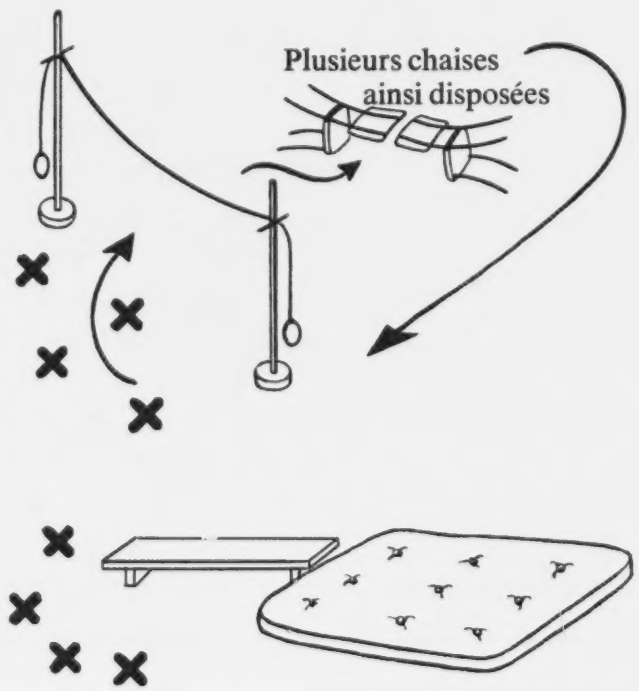
Explorer — recroquevillement sur matelas



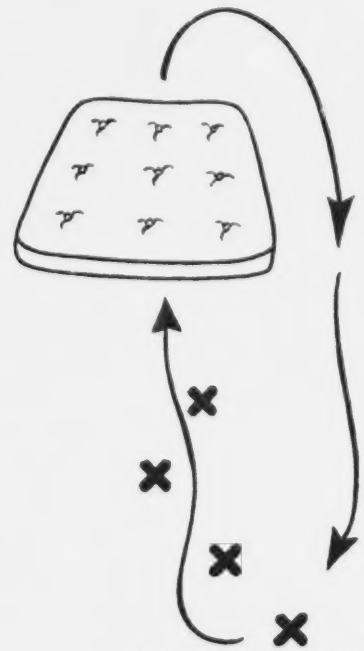
Explorer — banc avec barre d'équilibre



Changement de poids — passer d'un type d'appareil à un autre en évoluant sur le plancher

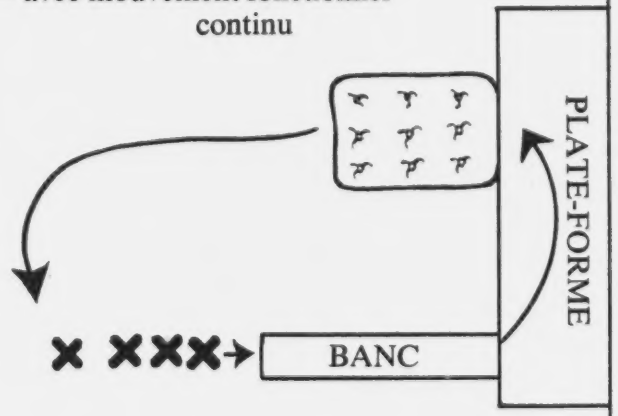


Haut — Bas

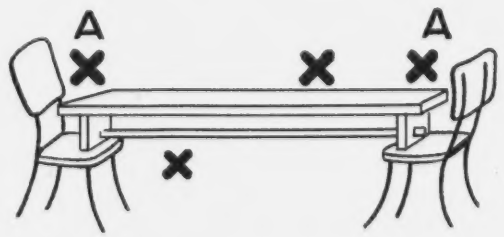


Animal marchant sur le matelas et le plancher

Explorer — avec mouvement fonctionnel continu

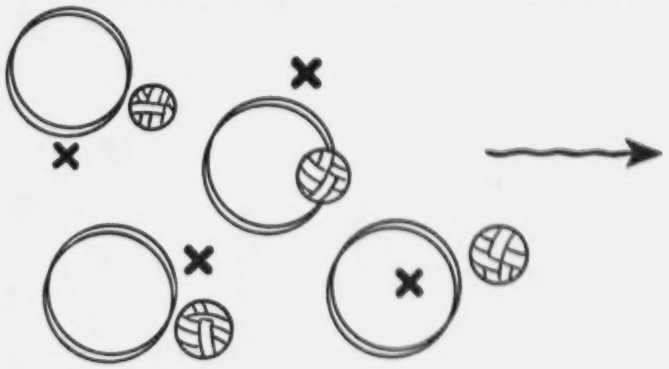


A-A — Hommes de sûreté
Explorer — banc sur chaises



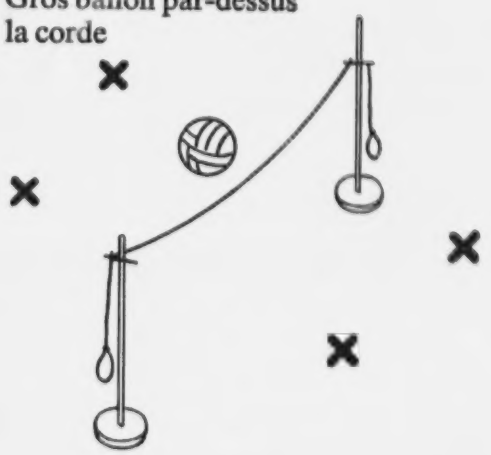
TRAVAIL EN GROUPES POUR DÉVELOPPER L'ADRESSE AUX JEUX
À L'INTÉRIEUR OU À L'EXTÉRIEUR

Gros ballon et cerceau — un enfant ou deux

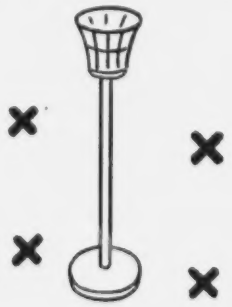


Encaisser des balles

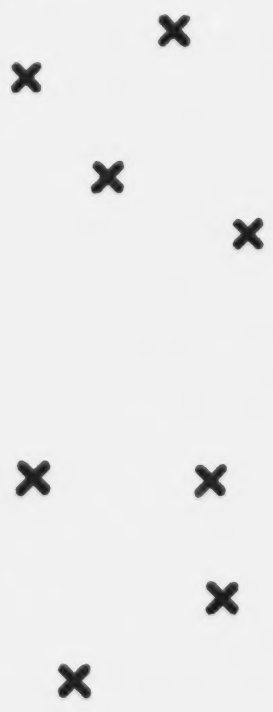
Gros ballon par-dessus la corde

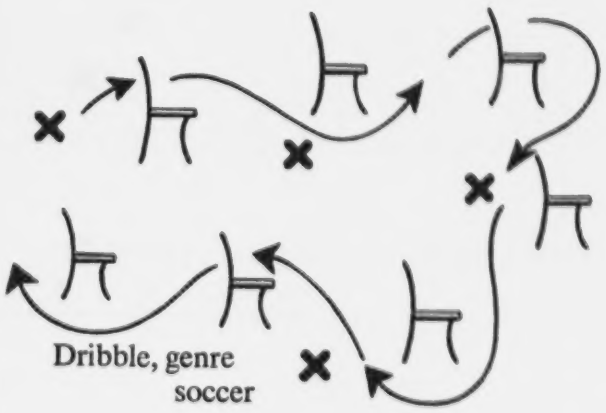


Panier sur pied — gros ballon
— lancer des 2 mains à la fois

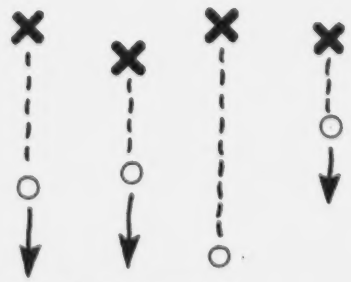


Jeu avec partenaire
Balle de 5"





Dribble, genre soccer



Viser avec de petites balles
— rouler avec ou sans 'quille'

Anneaux de tennis sur pont

Thème 3 — Rapports avec un partenaire

Les enfants trouveront difficile d'évoluer avec un partenaire avant d'avoir réussi à manoeuvrer raisonnablement bien leur propre corps. Ils atteindront probablement ce stade en division 'junior' et seulement s'ils ont acquis une bonne expérience du mouvement au niveau primaire.

TRAVAIL AU SOL

- travail alternatif, chacun son tour
- imiter le mouvement d'un partenaire
- se servir d'un partenaire comme d'un obstacle — un partenaire adopte une forme et l'autre s'y introduit, passe au-dessus ou en-dessous
- synchroniser les mêmes mouvements avec un partenaire
- amorcer un enchaînement de mouvements qui fait contraste
- porter le poids d'un partenaire

Les partenaires peuvent évoluer en adoptant des positions qui diffèrent tout en présentant une certaine relation:

- côte à côte en regardant dans le même sens
- côte à côte en regardant dans des sens opposés
- l'un derrière l'autre
- vis-à-vis l'un de l'autre

APPAREILS

- choisir des positions de départ
- choisir les routes à suivre
- amorcer un enchaînement qui fait contraste

OBSERVATION

L'observation demeure un facteur important à tous les stades du travail. Un auteur a donné à l'observation la définition suivante: "voir avec compréhension"; or plus une institutrice parvient à cultiver ce talent, plus elle sera en mesure d'aider ses élèves.

La première responsabilité de l'institutrice consiste à s'assurer que les enfants comprennent le problème qu'elle leur a posé. Certains d'entre eux auront besoin de stimulation et d'encouragement. L'institutrice choisira parfois certains élèves pour présenter leur exécution en exemple, choix justifié par la variété mise en évidence ou encore par la similitude de leur exécution d'un point particulier qu'elle veut souligner. L'institutrice ne devrait pas limiter son choix aux exécutants les plus habiles, car certains élèves moins spectaculaires peuvent souvent se montrer d'une grande utilité.

Les enfants apprennent beaucoup par l'observation. C'est ainsi qu'ils acquièrent de l'imagination en matière de mouvement, qu'ils saisissent mieux les points obscurs et qu'ils parviennent à évaluer leur aptitude au mouvement par rapport à leurs camarades. L'observation peut se faire de différentes façons:

- choix de plusieurs enfants appelés à donner une démonstration au reste de la classe;
- répartition de la classe en deux groupes — un groupe s'exécute pendant que l'autre observe;
- des partenaires évoluent ensemble, observant et s'exécutant tour à tour.

Dans tous les cas, il faut donner aux observateurs, des directives avant qu'ils ne commencent à examiner l'exécution des autres. Par exemple, l'institutrice pourrait dire: "Pouvez-vous dire si l'un d'entre eux modifie sa vitesse d'exécution"?

Après la période d'observation, il serait recommandable d'engager les enfants à répondre à la question d'après leurs constatations, à analyser ce qu'ils ont vu et à formuler des suggestions constructives. Tous les enfants retournent alors aux exercices avec une énergie renouvelée et une meilleure compréhension tout en songeant aux points qu'ils ont observés et discutés. L'observation éclaircira bien des points et rendra vraisemblablement les enfants plus habiles à exécuter l'exercice en cause.

La période d'observation doit être brève, et l'institutrice ne laissera pas dégénérer la période d'activité en une séance de discussion.

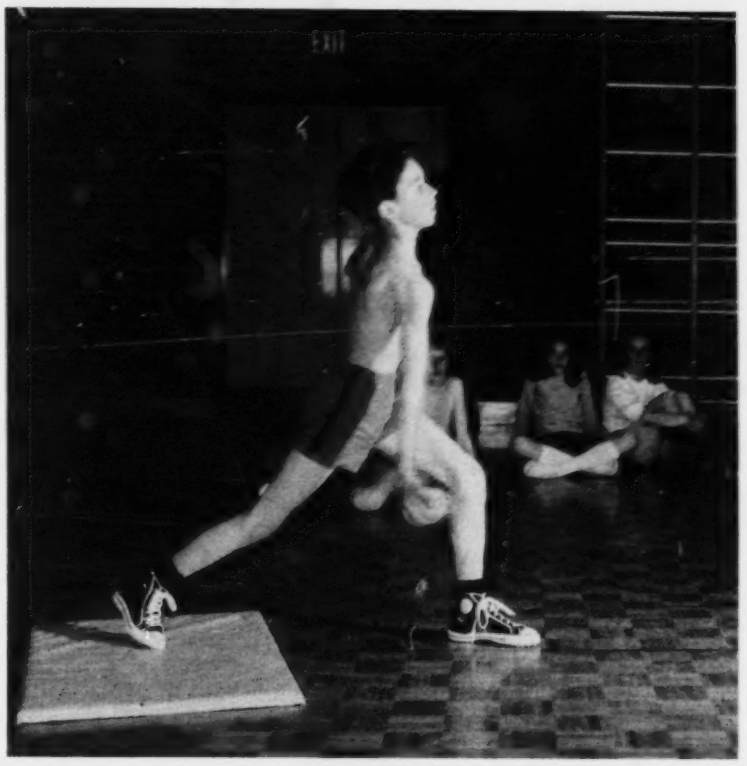
CLASSIFICATION DE LA MATIÈRE DU COURS

Toutes les activités du programme physique tombent dans l'une des trois catégories suivantes — gymnastique, danse et jeux (y compris l'athlétisme en plein air, la natation et le patinage). Plusieurs institutrices s'inspirent de chacune des parties du programme tout au cours de l'année scolaire plutôt que de les enseigner séparément pendant des durées prolongées. Par exemple, elle consacrera une leçon sur trois à la gymnastique plutôt que de faire une semaine de gymnastique, ensuite trois semaines de danse et six semaines de ballon volant. Il s'agit de faire intervenir des éléments du mouvement dans toutes les trois catégories.

Le mouvement peut être fonctionnel et expressif:

MOUVEMENT FONCTIONNEL

Le mouvement fonctionnel sert à l'exécution d'une fonction. Il a trait à la maîtrise du corps dans une variété de situations; en matière d'éducation physique, il sert en gymnastique et dans les jeux (y compris l'athlétisme en plein air, la natation et le patinage).



Lancer de "balle molle" par en-dessous. Un pied reste sur la plaque jusqu'au départ de la balle.

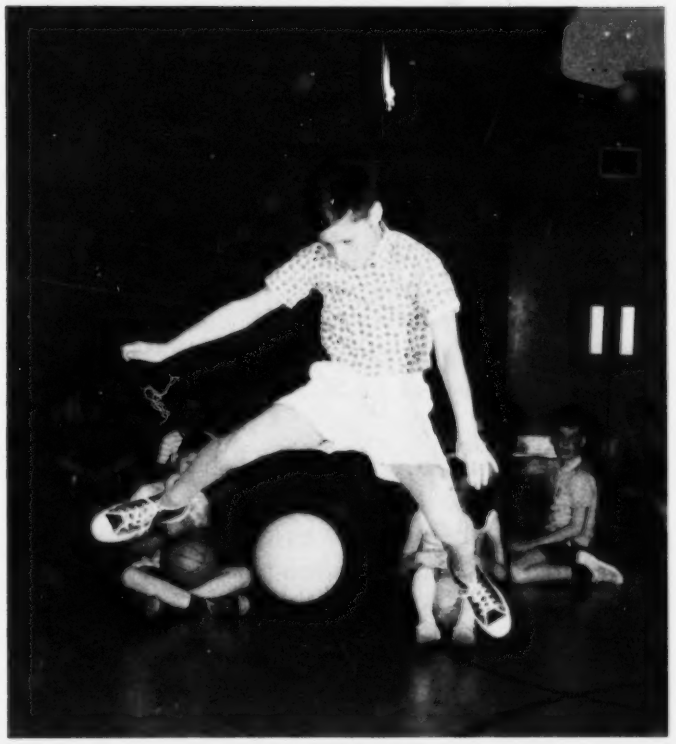
La **gymnastique** constitute l'élément "maîtrise du corps" du programme d'éducation physique et, par conséquent, exerce une influence sur toutes les activités. Dans les classes du cours primaire, il est souvent difficile de faire la distinction entre la gymnastique et les jeux, mais généralement parlant, l'institutrice doit se rendre compte que si les enfants se servent de bancs, de boîtes et de matelas d'acrobatie ou d'appareils grimpeurs, ils posent le fondement d'activités de gymnastique futures. Parfois, l'institutrice s'inquiète de la sécurité des élèves, mais il est rassurant de constater que les enfants abusent rarement de leurs aptitudes à moins qu'on ne les pousse à de plus grands efforts avant même qu'ils ne soient prêts. Par conséquent, ne vous inquiétez pas en trouvant Georges parvenu au sommet de l'appareil grimpeur, alors que Jeanne se trouve encore au premier échelon. Laissez Jeanne seule jusqu'à ce qu'elle soit prête à s'aventurer plus haut et ne manifestez devant Georges aucun signe d'inquiétude car il pourrait fort bien être pris de panique à son tour.

Il y a évidemment des précautions que l'institutrice ne saurait négliger:

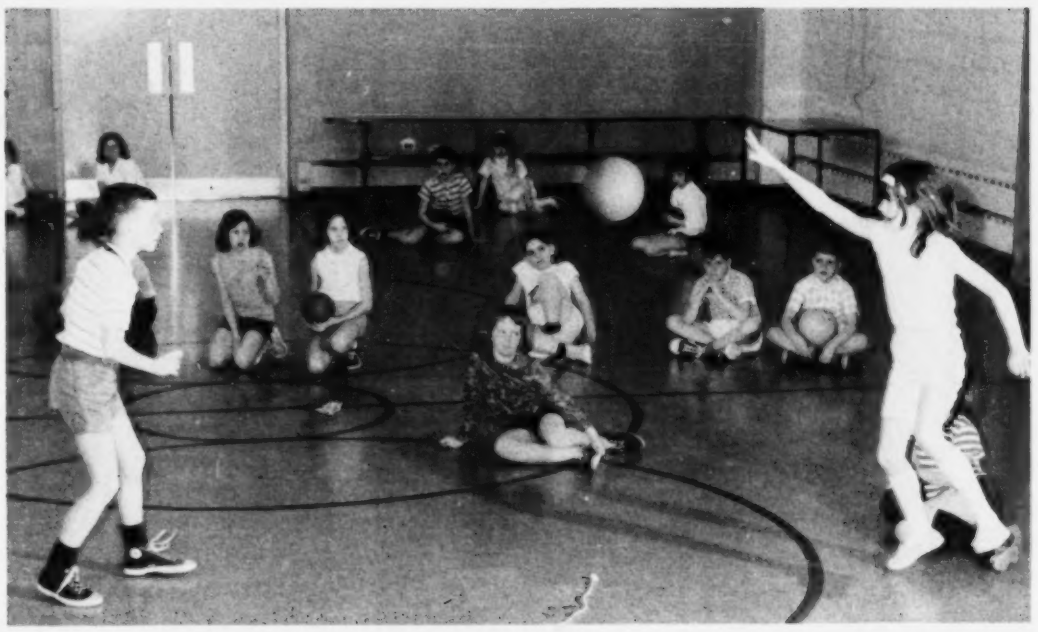
- le type d'activité doit être déterminé par l'espace disponible
- il faut des vêtements appropriés à ces activités
- chaque pièce d'équipement doit être en bon état
- les enfants devraient apprendre à déplacer et à ranger les objets d'équipement avec sécurité
- il faudrait que les enfants apprennent à s'exécuter sans nuire aux autres.

La direction de la classe devient plus simple et plus sûre si chacun des enfants est occupé à quelque chose et ne se voit pas obligé d'attendre son tour. Parfois, il n'y aura pas suffisamment d'articles ou d'appareils — par exemple, s'il n'y a qu'un cheval-arçons il faut occuper un certain nombre d'élèves à d'autres appareils.

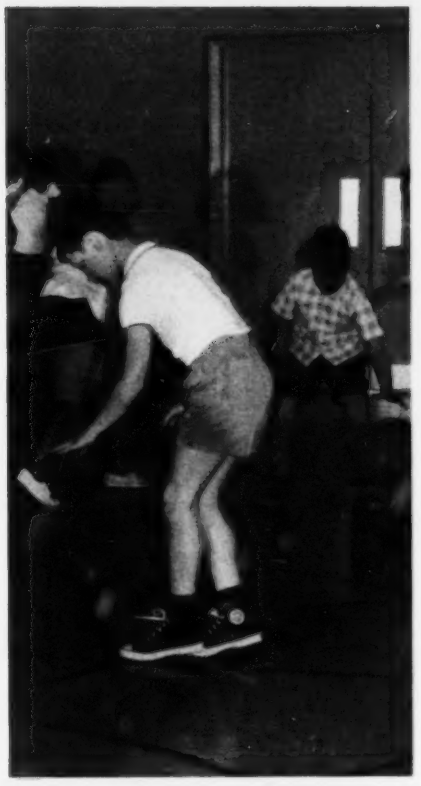
Un ballon pour chacun — ballons volants, ballons de caoutchouc, ballons de soccer.



Trouvez des moyens de passer par-dessus ou en dessous du ballon.



Créez un jeu en utilisant un ballon, une corde et un partenaire. Quelles seraient les règles de votre jeu?



Quelle partie de la main sert le mieux à maîtriser le ballon?

Ne pressez pas les enfants; donnez-leur tout le temps voulu pour expérimenter et explorer. Si Jean se balance toujours au bas de la corde à grimper, c'est que probablement il s'y complaît. Donnez-lui le temps de se sentir en état de sécurité avant de chercher à le faire monter plus haut.

Disposez les enfants en quatre groupes en leur assignant un espace déterminé. Le nombre idéal au point de vue sécurité et efficacité se situe entre quatre et six. Si les enfants travaillent bien ensemble, il y aurait avantage parfois à les laisser passer d'un endroit de travail à un autre. L'appareil est mis en place, les enfants se choisissent un point de départ et commencent dès qu'ils sont prêts.

On recommande encore fortement de répartir le programme de gymnastique sur toute l'année scolaire (préférablement une leçon de gymnastique sur trois) étant donné que le travail de la maîtrise du corps affecte tous les aspects de l'éducation physique.

Jeux: Tel que déjà mentionné, il est parfois difficile de séparer la gymnastique d'avec les jeux au niveau primaire. L'institutrice doit se rendre compte que si les enfants se servent d'articles, tels que balles, bâtons et cibles, ils développeront nécessairement leur adresse pour les jeux. Au cours des premiers stades, ils ont besoin d'exercice individuel avec des sacs de 'fèves', des balles de différentes dimensions, des bâtons et des palets. Les balles et les bâtons de plastique, les attrape-balles et les bâtons de hockey servent à des exercices utiles dans des endroits murés. L'institutrice ne devrait pas essayer d'engager les enfants du stade primaire dans des jeux collectifs compliqués. L'exercice est par lui-même un stimulant et un jeu qui suffit aux enfants de ce niveau.

Une fois que les élèves ont attaint le niveau 'junior', ils sont habituellement en mesure de prendre part à des jeux d'équipe et de groupe. L'élément de compétition intervient, et la distinction entre la gymnastique et les jeux se fait plus nette. Même ici, l'institutrice ne doit pas seulement penser en fonction de sports d'équipe importants. Il y aura lieu de modifier les règles du jeu, d'adapter les filets à la hauteur voulue et de réduire au besoin le nombre d'élèves dans les groupes.

Chaque institutrice devra évaluer les aptitudes de ses propres élèves. Par exemple, le jeu de ballon volant est trop souvent enseigné avant que les enfants n'aient acquis la force des poignets et la dextérité nécessaires.

L'enseignement initial des éléments de divers jeux pourrait s'inspirer avec avantage de la méthode expérimentale à base d'exploration bien qu'ici encore l'institutrice doive se tenir prête à aider au moment critique.

Il faudrait utiliser un grand nombre de ballons et éviter autant que possible de demander aux enfants de travailler en groupes trop considérables, limitant ainsi les occasions de participer. Il n'est pas nécessaire de toujours utiliser des balles réglementaires: d'ailleurs les institutrices constateront que les gros ballons de caoutchouc gonflables ont leur utilité.

Il faut certainement recommander la natation comme élément important du programme d'éducation physique. Rares sont les écoles élémentaires qui ont une piscine, mais les autorités scolaires font de plus en plus usage des piscines du voisinage et même de celle de l'école secondaire lorsque les circonstances s'y prêtent. On choisit la classe d'élèves la plus apte aux instructions de natation (peut-être la classe de 3e, de 4e ou de 5e), quitte à fixer une série de leçons pour chaque classe de ce niveau. Il y aurait lieu d'insister sur ce point puisque l'expérience et la recherche révèlent que cet âge est très approprié à l'enseignement de cet important exercice.

Quels mouvements devez-vous exécuter pour saisir le ballon?

La musique vous dit-elle de vous plier ou de vous contorsionner?

MOUVEMENT EXPRESSIF

Cette expression rappelle l'emploi du corps dans le but d'exprimer une idée ou un sentiment par le mouvement; un enfant frappe du pied lorsqu'il est en colère et saute de joie dès qu'il apprend une heureuse nouvelle. L'institutrice peut orienter ces mouvements naturels vers la danse à condition de stimuler convenablement l'intérêt. C'est ainsi que la danse, à titre d'élément de l'éducation physique, entre dans le programme des arts créateurs.

Danse improvisée: Au début, on pourrait laisser les jeunes enfants libres d'évoluer spontanément au son de la musique ou d'un instrument de percussion. Ils auront peut-être tendance à limiter leurs mouvements aux bras et aux jambes. Dans ce cas, l'institutrice fera appel à ses connaissances du mouvement pour les engager à employer les différentes parties de leur corps, tels que les genoux, les coudes, la colonne vertébrale, à recourir à différents niveaux (haut, bas), ou à différentes directions (avant, arrière, de côté).

Invitez les élèves à écouter la pièce de musique: "Quand la musique vous dit-elle d'arrêter?" "Quand vous dit-elle de vous contorsionner ou de vous tourner?" "Où devez-vous faire preuve de force".

Parfois, une idée de mouvement créera par elle-même le stimulant nécessaire à la danse. Par exemple, une danse peut s'amorcer à partir d'une alternance d'actions fortes et légères ou de mouvements à des niveaux élevés et bas.

Souvent une danse prend une forme dramatisée. Par exemple, la boutique de jouets, les pétards, une histoire rimée ou un récit provenant de la salle de classe.

La danse ne demandera pas toujours un accompagnement musical, mais si l'institutrice accompagne au piano, elle doit avoir le talent nécessaire pour provoquer la réaction voulue. Il est souvent beaucoup plus simple d'utiliser des instruments de percussion pendant que les enfants dansent — tantôt l'institutrice, tantôt les enfants assureront le rythme voulu. Parfois, le plus utile de ces instruments est la grosse caisse ou le tambour. Voici des instruments de percussion qu'on peut employer pour donner lieu à des types spécifiques de mouvements:

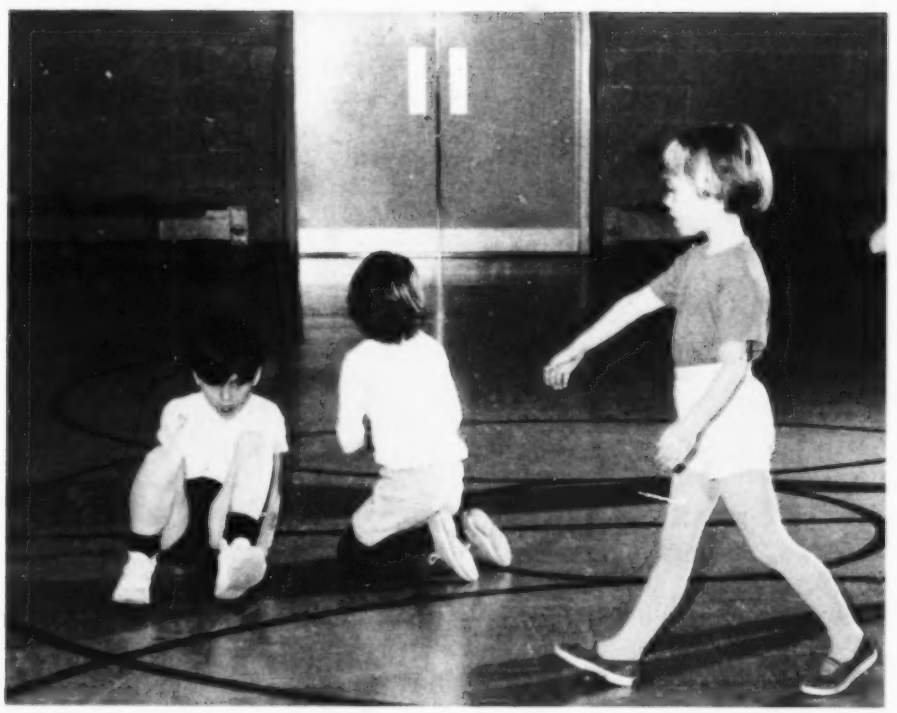
- *gong ou cymbale* — mouvement soutenu
- *cymbales* — mouvement subit, fort
- *triangle* — mouvement léger, soutenu
- *caisse* — mouvement de tremblement
- *maracas* — mouvement léger, saccadé

Pour assurer une bonne tonalité, on recommande aux institutrices d'acheter des instruments de percussion de qualité. On trouve un bon nombre de ces magasins de musique.

Les disques particulièrement de la série "Listen-More", s'avèrent également utiles comme accompagnement de danse.

Danse de folklore: Plusieurs institutrices enseignent la danse de folklore selon un procédé d'une nature exploratoire. Au début, elle engagent les enfants à essayer différents jeux de pieds et différents pas avant d'en choisir un pour une danse particulière. Les enfants du stade primaire en particulier ont besoin d'expérimenter davantage en matière de danse créatrice avant de passer aux mouvements de la danse de folklore traditionnelle.

Emploi des mains et des talons.



Danse à différents niveaux.

La musique vous dit cette fois d'étirer tout votre corps.

SUGGESTIONS POUR LA MISE EN OEUVRE

Les suggestions qui suivent visent à simplifier les problèmes de l'institutrice pour la mise en oeuvre efficace de son programme d'éducation physique:

• pour éviter des pertes de temps, faites trouver aux enfants un endroit propice et mettez-les à l'oeuvre dès qu'ils sont entrés au gymnase. Les suggestions portant sur cette période d'activité libre pourraient être données avant que les élèves quittent leur salle de classe.

• employez un ton de voix naturel au lieu de donner des ordres d'allure militaire.

• employez votre sifflet le moins possible; à la rigueur, vous pourriez vous en dispenser complètement.

• dispersez vos groupes partout pour la plupart des activités; ceci permet d'utiliser au maximum l'espace disponible.

• rendez facile l'accès aux pièces d'équipement et laissez les enfants apprendre à s'en servir par eux-mêmes.

• employez le plus grand nombre d'articles possible — balles et cordes.

• si les enfants travaillent collectivement, assurez-vous de les répartir en petits groupes; ceci évite aux enfants l'ennui d'attendre leur tour. Huit groupes de quatre donnent un meilleur rendement que quatre groupe de huit, par exemple.

• s'il y a pénurie d'articles ou d'appareils, confiez d'autres activités à certains élèves.

• disposez vos gros appareils d'une façon intéressante et effectuez différentes combinaisons (voir les esquisses).

• encouragez les enfants à porter des vêtements appropriés pour les séances d'éducation physique; en d'autres termes, un short, un maillot léger, des souliers de course. Si vous portez vous-mêmes des souliers de course, vous vous en trouverez plus à l'aise et donnerez ainsi un bon exemple aux enfants.

• songez toujours au besoin d'améliorer les normes et la qualité d'exécution.

Se glisser de l'avant tout doucement.

LIVRES DE RÉFÉRENCE

Education in movement, Cameron, W. McD, et Pleasance Peggy

Movement education for infants, London County Council

Teaching gymnastics, Mauldon, E. et Layson, J.

Modern educational gymnastics, Pallett, G. Doreen

Creative dance in the primary school, Russell, Joan

(Tous ces livres sont disponibles à Canadian Folk Dance Service, 605 King Street West, Toronto 2B, Ontario).

ÉVALUATION

Comment évaluer le programme? On aurait avantage à prévoir des changements souhaitables à mesure que les enfants traversent le stade de six à onze ans. Voici quelques suggestions pertinentes:

- une aptitude croissante des enfants à maîtriser leur propre corps en gymnastique, dans les jeux et les danses
- une meilleure compréhension des principes du mouvement et des réactions du mouvement proportionnellement plus variées et plus riches
- une aptitude croissante à résoudre les problèmes du mouvement
- une habileté de plus en plus marquée dans l'utilisation de petits articles — balles, bâtons, cordes, sacs de 'fèves', cerceaux, palets
- une aptitude croissante à se servir des gros appareils, tels que matelas, bancs d'équilibre, boîtes d'acrobatie — cheval-arçons et appareils grimpeurs
- une plus grande confiance en soi
- une habileté plus prononcée à bien se comporter par rapport aux autres personnes
- une exécution améliorée et une jouissance plus marquée quant à l'aspect expressif du mouvement — une introduction à l'art créateur de la danse et une corrélation avec le programme artistique et musical
- un développement plus perceptible du vocabulaire grâce à l'emploi et à la compréhension des termes du programme touchant le mouvement — élevé, bas, replié, étiré, avant, arrière, soudain, soutenu, par-dessus, autour, en-dessous, à travers, entre.

En évaluant les progrès d'un enfant, l'institutrice devrait comparer sòn habileté actuelle avec son rendement au début de l'année. Cette comparaison a beaucoup plus d'importance que celle qui l'oppose à son petit camarade. Certaines évaluations restent relativement faciles à effectuer. Il est évident que si Jean attrape une balle raisonnablement bien, il faut remarquer qu'il l'échappait toujours au début de l'année. Il faut se rendre compte qu'il saute plus haut et plus loin, qu'il peut sauter à la corde alors qu'auparavant il ne faisait que s'y empêtrer.

Toutefois, il est plus difficile d'établir certains jugements: "Manifeste-t-il plus d'aptitude à travailler avec un partenaire ou en groupe?" "Son sentiment de sécurité s'est-il développé?" "Peut-on compter sur lui quand il s'agit de sa propre sécurité et de celle des autres?"

Quand l'évaluation repose sur de pareils critères, on se passe facilement de notes et de cotes de classement. C'est l'institutrice qui par ses remarques renseignera les parents sur le développement de l'enfant.

Quelle que soit la réponse, l'institutrice devrait profiter des séances d'éducation physique pour mieux connaître les enfants de la division primaire et 'junior' confiés à ses soins. L'enfant ne sera jamais plus agile qu'il ne l'est entre neuf et onze ans. On a un bon programme d'éducation physique, quand l'institutrice stimule et développe l'amour naturel de l'enfant pour le mouvement pris dans ses acceptations les plus larges. Il s'agit d'une responsabilité exaltante puisque c'est dans cette division scolaire que se pose le fondement des progrès futurs et le point de départ d'une satisfaction qui durera toute la vie.

HYGIÈNE

TABLE DES MATIÈRES

PART DE L'HYGIÈNE DANS LE PROGRAMME 25
Milieu et atmosphère scolaires 25
Méthode conceptuelle 25
Méthodes d'enseignement 26

SUJETS SUGGÉRÉS 27
Niveau primaire 27
Niveau junior 27

ÉVALUATION 27

PART DE L'HYGIÈNE DANS LE PROGRAMME

Il faudrait considérer la santé comme un état positif de bien-être physique, mental et social — et non simplement comme l'absence de maladie. De toute nécessité, la santé doit relever du foyer et de l'école. Pour atteindre son but, l'enseignement de l'hygiène doit favoriser l'acquisition de saines habitudes hygiéniques à partir de renseignements précis. Les nouvelles connaissances de l'enfant le conduiront forcément à des changements de comportement visant à améliorer son mode général de vie.

On ne saurait considérer l'hygiène comme une matière isolée, mais plutôt comme un "mode de vie" qui doit compénétrer toute la journée de l'enfant.

Le développement des notions de sécurité se trouve étroitement lié à l'enseignement de l'hygiène car son but principal consiste à faire acquérir des habitudes pour parer aux blessures et même à la perte de la vie. L'importance des bonnes habitudes de sécurité est mise en évidence par des données statistiques qui font voir que plus d'enfants d'âge scolaire sont victimes d'accidents mortels que de toutes autres causes combinées. La sécurité de la route revêt une importance particulière. Dans plusieurs écoles, il s'est créé des relations excellentes entre les autorités scolaires et le service local de la police — situation qu'on doit certainement encourager.

MILIEU ET ATMOSPHÈRE SCOLAIRES

L'école a la responsabilité d'aménager le meilleur milieu possible physique ou psychologique — pour assurer un bon enseignement. Ainsi, l'institutrice doit-elle se préoccuper des facteurs tangibles, tels que la température et les dimensions du mobilier de la salle de classe, de même que des facteurs intangibles tout aussi importants, tels que la santé mentale. Aux fins d'une bonne hygiène mentale, les enfants ont besoin d'une atmosphère détendue, heureuse et stimulante. En général, l'hygiène mentale pour les jeunes enfants dépend en grande mesure de leurs succès raisonnables dans les activités quotidiennes. Les enfants engagés dans un travail bien orienté, sous la direction d'une institutrice habile et pleine de sollicitude bénéficie d'une situation favorable au développement d'une bonne santé mentale.

L'institutrice peut accomplir de jour en jour une énorme tâche par son observation discrète des enfants. Les symptômes d'indispositions, tels qu'une éruption, une lassitude générale ou un mal de gorge devraient être signalés à l'attention des parents ou des autorités pertinentes. L'institutrice elle-même doit toujours être prête à demander l'aide nécessaire si elle se trouve en face d'un problème particulier d'ordre mental ou physique. A cet effet, des entretiens entre l'institutrice et l'infirmière de l'école les aideront toutes deux à mieux comprendre les besoins de l'enfant.

LA MÉTHODE CONCEPTUELLE

Le programme d'hygiène devrait viser à créer des attitudes acceptables à l'enfant plutôt qu'une accumulation de faits décousus. Une étude* récente effectuée au niveau national, aux Etats-Unis, a livré les dix concepts suivants qui sont considérés comme les éléments fondamentaux du programme.

A. Croissance et développement

1. La structure et la fonction corporelles influencent la croissance et le développement, et vice-versa.
2. La croissance et le développement suivent une courbe prévisible mais tout de même bien personnelle.

B. Prendre ses décisions

1. Les habitudes hygiéniques personnelles (sommeil, détente, activités, posture, soins de la peau, hygiène dentaire et apparence personnelle) se trouvent affectées par un concours de forces souvent opposées.
2. L'utilisation des renseignements sur des produits et des services d'ordre hygiénique est régie par l'application de critères personnels.
3. L'emploi des stimulants et des sédatifs tient à des motifs divers.
4. Le choix des aliments et les habitudes alimentaires sont déterminés par des facteurs d'ordre physique, mental, social, culturel et économique.

**A School Health Education Study* – Bronfman Foundation, New York, 1965

C. **Actions réciproques**

1. La protection de la santé et le souci dont elle fait l'objet relèvent de l'individu, de la famille et de la localité.
2. Quel que soit le milieu, les risques d'accidents existent toujours.
3. Il y a un rapport évident entre plusieurs maladies et le milieu lui-même.
4. La famille est la cellule de base de la société et c'est grâce à elle qu'on peut répondre à certains besoins d'ordre hygiénique.

L'institutrice pourrait tenir compte de ces idées en traitant des sujets suggérés plus loin dans le présent chapitre.

MÉTHODES D'ENSEIGNEMENT

Il faudrait appliquer les méthodes modernes d'enseignement au programme d'hygiène. L'emploi des procédés de la découverte, de la solution des problèmes, de la critique et de l'auto-direction peut s'avérer ici aussi avantageux que dans le programme d'éducation physique. De simples expériences peuvent être effectuées dans toute salle de classe:

- les effets que deux régimes alimentaires faisant contraste exercent sur le développement de deux rats blancs
- l'emploi de radiographies mises à la disposition par le dentiste de l'école peut servir à l'étude du développement des dents
- l'acquisition de bonnes habitudes ménagères dans la salle de classe
- la visite des parents à l'école pour favoriser de bons rapports au sein de la famille.

Etant donné que cet enseignement vise à faire acquérir de bonnes habitudes d'hygiène, l'institutrice doit saisir toutes les occasions de rendre cet enseignement pratique. Par exemple, si des élèves prennent le repas du midi à l'école, l'institutrice pourrait accorder une attention toute pratique aux habitudes alimentaires, aux belles manières, dans une atmosphère détendue et amicale.

L'institutrice prendra également avantage des situations qui se produisent au cours de l'année scolaire. Un accident à l'école, la maladie d'un élève, le rapport d'une noyade — toutes ces situations constituent d'excellentes occasions de discuter et d'enseigner certains points avec profit.

Dans le passé, on a reproché à l'enseignement de l'hygiène le trop grand nombre de répétitions d'une année à l'autre. Evidemment, les maîtres reviennent forcément sur certains sujets. Si tel est le cas, il faudrait apporter des notions supplémentaires et propres au développement de l'enfant. On recommande aux institutrices d'une même école de se réunir périodiquement pour définir le travail déjà accompli. Il est fort possible, par exemple, que des enfants des stades primaire et 'junior' étudient le soin à donner aux dents. Une consultation fréquente entre les membres du personnel enseignant peut prévenir le recours au même procédé pour traiter ce sujet.

L'institutrice fera preuve de souplesse en adaptant toute leçon aux goûts et aux aptitudes des enfants de sa classe — ces caractéristiques varieront avec les enfants eux-mêmes et les conditions de la localité. L'hygiène ne figure peut-être pas spécifiquement dans l'horaire, car la matière traitée compénétrera tous les aspects de la vie scolaire — sciences, études sociales, mathématiques, arts et lecture.

Voici des échantillons de sujets qu'une institutrice et ses élèves ont développés. Ils auraient pu développer ces sujets en leur donnant évidemment des orientations différentes.

Exemples:

- LA RUE VUE DE LA CLÔTURE DE L'ÉCOLE — nombre de voitures passant en cinq minutes (constatation faite à différentes périodes de la journée) — graphiques indiquant les variations de la circulation — différents types d'automobiles (croquis) — énumération des règles de la sûreté en observant la circulation (y compris les piétons) — rapport d'un accident — étude des données statistiques sur les accidents de la route — le travail de la police.
- VISITE À UNE LAITERIE LOCALE — normes de propreté — histoire de Louis Pasteur — valeur nutritive du lait (expérience avec les rats) — graphiques et tables indiquant les quantités de lait requises pour les enfants durant la croissance — réfrigération — visite d'une ferme (troupeau laitier et troupeau destiné à la boucherie).
- VISITE RÉGULIÈRE CHEZ L'INFIRMIÈRE — lorsque l'enfant est pesé et mesuré — discussion en classe sur la croissance — les enfants tracent des graphiques faisant état de leur propre croissance et ils les mettent à jour à différents intervalles au cours du trimestre — qu'est-ce que l'enfant peut faire maintenant et qu'il ne pouvait pas faire il y a un an, il y a quatre ans, il y a huit ans, etc. — discussion portant sur le début de la croissance — quand prendra-t-elle fin — qu'est-ce qui le fait grandir — changements dans son attitude vis-à-vis de lui-même et des autres.

Les sujets traités de cette façon comporteront des recherches sur plusieurs aspects et aideront à détruire certaines cloisons artificielles que nous érigeons parfois entre les différentes parties du programme scolaire.

SUJETS SUGGÉRÉS

NIVEAU PRIMAIRE

Une grande partie de l'enseignement à ce niveau se fera à l'occasion, et l'institutrice doit toujours être sur le qui-vive pour saisir l'occasion propice. Il y aura peu d'enseignement d'hygiène comme sujet spécifique — il se fera plutôt au fur et à mesure des expériences quotidiennes de la salle de classe. Voici une liste de points de départ possibles pour la discussion et l'acquisition de saines habitudes hygiéniques:

- habillement
- soins de la tenue
- propreté
- brossage des dents
- soins des yeux
- repos et sommeil
- habitudes alimentaires
- sécurité
- bas âge et enfance
- croissance

NIVEAU 'JUNIOR'

A ce stade, les enfants commencent à s'intéresser à leur propre corps et à son fonctionnement. Toute tentative de traiter du corps devrait se faire en réduisant l'emploi des termes techniques au minimum, mais reposer sur des renseignements précis. Il faut que les faits signalés se rapportent aux habitudes déjà acquises et fassent mieux comprendre les raisons de ces habitudes. Le fonctionnement et les soins du corps prennent une plus grande importance que les détails anatomiques. Voici quelques suggestions:

- effets de l'air pur, de l'exercice du repos
- fonctions des os et des muscles
- fonctions du sang
- carie dentaire
- les sens
- soin de la peau
- aliments quotidiens fondamentaux
- prévention des accidents dans l'école et à l'extérieur
- effets néfastes de l'usage du tabac
- les enfants au sein de la famille
- croissance de l'enfant

ÉVALUATION

La seule connaissance de nombreux faits et notions (les différentes parties de la dent, les règles alimentaires, etc.) n'est jamais le critère de l'excellence d'un programme d'hygiène. L'application des grands principes et l'acquisition d'attitudes saines ont une valeur beaucoup plus durable. Rien n'est plus simple, en effet, que les connaissances de l'enfant au sujet des règles alimentaires et des parties de la dent. Ce que les institutrices doivent rechercher avant tout c'est l'amélioration des attitudes et du comportement qui, d'ailleurs, s'avèrent beaucoup plus difficiles à évaluer. Voici certains points dignes de considération:

- tenue générale de l'enfant d'un jour à l'autre
- genre de repas qu'il apporte à l'école
- ses rapports avec ses parents et ses amis
- son comportement dans la salle de classe, dans la cour d'école, sur la patinoire, au gymnase, dans la rue.

Tout comme en éducation physique, les notes et les cotes de classement n'ont aucune valeur. Une remarque ou un commentaire formulé dans le 'bulletin' de l'enfant ou son dossier scolaire constitue une évaluation beaucoup plus juste de ses progrès et de son développement.